

真詮卷下

見精神而久生之道

丹事

安爐立鼎

九真王書純陽子曰修鍊丹者先正其爐爐者鼎之外拓其身是也爐分八門者耳目口鼻形色滋味是也是為橐籥闔闢之戶宜常固守之勿使風寒暑濕飢飽勞佚八風傷於外惡欲喜怒哀樂六賊傷於內混元真君曰修身者若元氣常破則精神不全矣必俟精神具而氣全然後可以養命而為仙

道藏輯要

真詮

庚

鬼集六
三十一

按初學且須理會安爐立鼎慎起居節飲食調寒暑省眠睡收拾身心惜精惜氣惜神使四大安和神完氣壯則此身心方成爐鼎可為入藥之基使無此一項功夫則爐鼎做漏不堪使用以之入藥難矣此時未可遽議行火蓋修養人斲喪既多此身是個虛器大藥失生遽然行火恐生他患命玉吾有言有藥而行火候則金被火逼奔騰至於離宮化而為水反以克火故火無炎上之患若無藥而行火候則虛陽上攻適是自焚其軀也

第一營靜室

按凡靜室不必拘於山林或在塵市或在道鄉但得所託無

往不可室不可大明大明則傷魂不欲太暗太暗則傷魄室中不着他物但設香燈几榻各一而已

第二辨肯心

按此事若非專爲生死自辨肯心鮮不中道而輟故須立堅確不移之志存割捨不繫之想奮直進不回之氣先棄身後棄家病則隨他病死則隨他死永不退墮如此方可望其成就

作丹不可或作或輟若一念起便做一餉功夫此念少怠或爲事物所撓隨又罷輟當不爲之時神移氣奪只與無功夫人一般縱使再起念頭去做只如襪線頭緒空多不成片段

道藏輯要

真詮

无

鬼集六
川上八

總無實際必須埋頭向前去把已過的日子都截斷不問只從現在這個時辰起勇猛奮發不論有事無事順境逆境一味儘力做去一日如一刻一年如一日千年如一年也無日無夜也無子午卯酉也無昃朔晦望也無分至啟閉也不望昇仙不立期限盡此一生死而後已如此然後有少分相應也

第三屏眾緣

按學道不可有一毫外累其心若內接家事外綜王事朋友交際符咒醫卜詩賦馳騁音樂武藝博奕工技皆妨心亂性切宜戒之

第四學打坐

按凡欲打坐者須厚鋪坐褥使身不痛苦寬解衣帶使氣不
留滯

結跏趺坐先以左足安右脛上後以右足安左脛或半跏趺
以左足壓右足皆可次以左掌安右掌上以兩大拇指面略
相拄爲度徐徐舉身左右搖振使緩急得所然後正身端坐
令腰脊頭項骨節相拄耳與肩對鼻與臍對舌拄上腭唇齒
相著目須微開不可全閉卽黑山下鬼窟也最易昏瞶又能
招魔身須平直狀如浮圖不得左傾右側前躬後仰亦不得
倚靠几榻致生懈怠坐要安舒任其自然肩不得太聳太聳

道藏輯要

真詮

三

鬼集六
XOX

則難久操持不得太急太急則易斷大要在於得中氣從鼻
通息不可粗不可促不可抑不可閉出入往來務要綿軟亦
不可著意爲之身相既定氣息旣調寬放臍腹一切善惡都
莫思量念起卽覺覺之則無久久忘緣自成一派若得此意
自然四大輕爽所謂安樂法門也若己發明者如龍得水未
發明者但辨肯心必不相賺出定之時徐徐動身安詳而起
一切時中護持定力如護嬰兒卽定力易成矣所謂探珠宜
浪靜動水取應難定水澄清心珠自現是也

產藥川源

參同契曰金爲水母母隱子胎汞爲金子子藏母胞

俞玉吾曰水者大丹之根源也天生水其位在北其卦爲坎乃吾身藥物所產之處也丹法以水爲基而金精生於水中

按此言元精之產於腎也元太虛曰仙家借腎府爲發生之地不是用腎雖不用腎却在腎中作用此腎所以爲產藥川源也或人不知此意只聞仙宗不用心腎便於腎外求之謂兩腎中間中穴眞陽伏藏於內修丹但用火逼出這點眞陽爲用耳夫眞陽若藏於一穴中與藏於腎中何異用此一穴與腎何異仙家大法但凡身中所有皆以爲後天渣滓之物而不用若果有元氣伏藏於一穴之內亦是後天渣滓矣此皆偏見可以不談

道藏輯要

眞詮

三

鬼集六

坤爲道廬

參同契曰坤靜而翕爲道舍廬

按此言元精之所以產也蓋元精雖產於腎然非靜翕則不能生今夫一年之陽氣生於復基於坤一月之月光蘇於朔基於晦一日之陽氣動於子基於亥與吾元精產於靜翕申一般未有不翕聚而發生者故大丹以坤爲廬舍也

陽施陰受

參同契曰雄陽播立施雌陰繞黃化又曰陽稟陰受雌雄相須此統言天地萬物陰陽施受之理也

又曰恒順地理承天布宣此言乾施氣於坤而坤承順之也

又曰日以施德月以施光此言日施光於月也
又曰母含滋液父主稟與此言父施氣於母也

按此正元精之所產也元精固以靜翕而生然非心氣下交
於腎則腎無所受將何以翕聚而化生哉滿太虛中只是一
個元氣此氣卽是天此氣中渣滓結成大塊卽是地此氣有
消息卽是陰陽每年秋冬時此氣收斂在地中到冬至則又
自下升上生生化化積漸升到極至處又漸消去亘古及今
常常如此地中生物的卽是此氣無此氣則地不能生物是
生物者地也所以生物者天之氣也地但能翕聚而布宣之
耳作丹必心氣下交於腎腎含受而翕聚之然後能成變化

道藏輯要

真詮

三

鬼集六
川支

與此何異

凝神入氣穴

復命篇曰太陽移在月明中

白玉蟾曰只要凝神入氣穴

按此正心氣下交也謂之驅龍就虎運汞投鉛凝非凝聚也
神者至靈至妙飛天潛地如何凝聚得他所謂凝神者蓋息
念而返神於心而不外馳則氣亦返於身漸漸沉入氣穴去
矣

或問氣穴果有穴乎果無穴乎此穴正在何處胡混成曰在
兩腎之間葆真子曰夫人之旣生則元陽真氣散於四肢百

骸之間爲視聽言動之用豈有區區藏於一穴之理若真有此穴則此一穴比於五臟尤爲要緊黃帝醫經煙蘿子內景圖華陀內照圖何故不錄今人元氣不足者何不用藥補此一穴耶此皆旁門小道妄指身中一處令人注想於此以爲凝神入氣穴人或不悟而從之其中必致於疾此凝神入氣穴所以誤人也夫氣穴何也卽華池也華池何也卽腎也正陽祖師云華池在氣海內是也若執定一穴字必於身中求一穴以當之則夫謂之池者必於身中求池如謂之海必於身中求海可乎要之金丹大道借腎爲發生之地以其爲氣之會故喻曰氣海以其深而在下故喻曰氣穴以其爲金華所生故喻曰華池耳作丹只要氣沉到此處故曰凝神入氣穴非用意注想之謂也邱長春曰有所在則有所不在無所在則無所不在金丹乃無中生有今不求其機於無而反在有上生枝節不亦謬耶

回光返照

元太虛曰凝神入氣穴之法無他只收視返聽回光內照而已崔真人入藥鏡曰人之神如薪之火火不出則薪常存神不出則身常存火發外明者薪之盡也神智外馳者樸之散也俞玉吾曰神仙修鍊之法使人回光內照呼吸太和蓋將返本還原而復歸於生身受氣之初也

按夫回光內照者非是執著鄞鄂所在而用意觀照也不過
虛靜以返神於內耳蓋凡人心每日只在外面馳騫凡外
面許多機變巧捷俱是神之光影可見此神一向只照了外
邊自己一個身子却反不會照顧如今不用旁求遠覓只將
這個照了外邊的神收拾回來放下外邊許多機巧一意斂
藏歸內去屏除許多雜思慮這箇便是返觀內照其實觀無
所觀照無所照而亦未嘗不觀照通人身中只是這一箇元
氣無心肝脾肺腎之別但常人爲塵根所役此氣都浮游耗
散在外邊了作丹無他巧只要回光返照將此氣收斂到極
沉深處久之其中自有造化

道藏輯要

真詮

番

鬼集六
×13

回光返照下手之功

道德經曰專氣致柔能如嬰兒乎

邱長春曰只是一靈無雜念如嬰兒之無外想耳葆真子曰
專氣致柔在乎忘情識忘情識捷徑之功在乎心息相依若
心息常相依則情識不待忘而自忘矣

何仙姑曰命之蒂在乎真息者也

上清玉書胎息篇曰人之未生也居母之腹隨母呼吸無視無
聽惟有一息存焉及其生也剪去臍帶則一點真元之氣聚於
臍下日復一日神出氣移遂不復再守胎中之一息矣

傳道集曰所呼者自己之元炁從中而出所吸者天地之正氣

從外而入若其根源牢固元氣不損則呼吸之間尚可奪天地之正氣苟或根源不固精竭氣弱上則元氣已洩下則本宮無補所吸天地之正氣隨呼而出身中之元氣不爲己之所有而返爲天地之所奪矣

胎息論曰呼而不得神宰則一息不全吸而不得宰神亦一息不全

俞玉吾曰於一日十二時中但使心常馭氣氣與神合形乃常存又曰要在神與息常相依神與氣常相守

又曰作丹之法以乾陽下交於坤陰使呼吸相合剛柔相當配爲夫婦打成一片則神氣歸根性命合一而至藥孕乎其中矣

道藏輯要

真詮

三

鬼集六
XOX个

又曰究而言之不過心息相依而陰陽內感神氣交結耳金丹四百字曰迨夫神氣之入乎其根也閉極則失於急縱極則失於蕩惟使其綿綿續續勿令間斷然後神久自凝息久自定蘇東坡曰隨息之法與息俱出與息俱入隨之不已一息自佳或覺此息從毛竅中雲蒸霧散病除障滅自然明悟矣朱晦翁調息箴曰靜極而噓如春沼魚動已而喻如百蟲蟄氣氤開闢其妙無窮

晁文元公曰心息相依心靜息調久久可成勝定神氣相合神和氣清清和久久可致長生

指玄篇曰但能息息常相顧換盡形骸玉液流

陳虛白曰息息歸根金丹之母

葆真子陽道生卮談曰夫息出入有聲謂之縱出入不盡謂之滯往來頻促謂之喘不縱不滯不喘綿綿若存用之不勤謂之息縱則散滯則結喘則勞守息則定所謂調者但欲其不縱不滯不喘而已

調息乃初機之功凡人心念依著事物已久一旦離境則不能自立雖暫能立未久復散亂所以用心息相依法拴繫此心由粗入細纔得此心離境便只恁虛無去更不用調息矣得至無天無地無我無人境界更有何息可調此法最捷徑最容易最無病與其他守丹田守中黃等不同可依而行也

道藏輯要

真詮

三

鬼集六

性空禪師曰上機之士念苟不起連息也不必照但覺念起只一調息照一照無念卽止不可太著意也

劉秋蟬真訣曰漸漸專氣以致其柔纔覺息柔和便是歸根謂歸元海也覺其歸元海矣又將忘之忘而不忘以意照之

圓一子曰但用意卽是不忘但忘卽不能以意照然則二者不可兼乎曰中峰本禪師曰心無不存之謂照欲無不泯之謂忘忘與照一而二二而一當忘之時其心湛然未嘗不照當照之時纖毫不立未嘗不忘是真忘真照也但說以意照之則其累照者多矣

或隨照而昏散是虛極也篤也危也須防靜則萬物並作

圓一子曰虛極者言人平日千思萬慮紛亂之甚宅舍無主若空虛然一旦驟然收拾把持不定未能帖然故隨照隨亂也夫如是豈特昏散而已此念頭一放且無所不至故曰萬物皆作治之之法纔覺妄動卽融妄歸真歸之不過忘照這些功夫正是動靜之機神一出便收回之說喫到這裏只恐自不惺惺著

照之或不勝又以應事遣之應事旣已又將忘之

圓一子曰言萬物並作則行住以覺照是矣若分散太盛覺照之力不能安然自在而勉強伏之則愈踈跳愈不甯貼自可別作方便且去應事一回俟其漸自安定可也卽如禪家坐禪之餘禮佛念經經行皆是蓋降伏不宜太急須少寬之緩急得中使徐得所然後可耳然應事時不隨動而流卽是降伏處稍得和平又將忘之照之矣

但於四威儀中若存若亡綿綿續續神炁相依於太極之先不相間斷

圓一子曰四威儀者行住坐臥也若存若忘者意得中也神氣相依於太極之先者卽父母未生已前胞胎中模樣無情無識純純全全到此處方纔認得也

處中以致和欲不能遷欲不能遷卽炁抱神矣神炁相隨神清氣和而入於大方

圖一子曰只這中字最難形容不是有個中處其實只要此處不搖不動湛然寂然自然致和而不遷矣這個工夫謂之抱元守一

胎息

參同契曰呼吸相含育佇息爲夫婦

胎息論曰神氣相合而守乎內息

俞玉吾曰天地呼吸於內故能長久人能效天地呼吸於內亦可與天地齊其長久

金丹大成集曰呼出心與肺吸入肝與腎呼則接天根吸則接地根呼則龍吟雲起吸則虎嘯風生

道藏輯要

真詮

三

鬼集六
川卷十一

南華真經曰至人之息以踵

黃庭經曰後有密戶前生門出日入月呼吸存

或問何謂真人呼吸處廖蟬暉曰前對臍輪後對腎中央有個真金鼎此真呼吸處

含光子范德昭曰內氣不出外氣不入非閉氣也

問今人多言調真息或教人抑息是乎曰非也聖胎訣曰一氣聚於氣海腎氣不上升則其息住蓋調息久久神愈凝息愈微久久則鼻中全無呼吸止有微息在臍上往來與嬰兒在胎中一般所以謂之胎息乃神氣大定自然而然而非曲留強住有所作爲而然也人惟無念凝神則無不相應若情

識未忘念念不住神不凝靜則千難萬難未有能造其妙者
故元太虛曰要在忘機絕念上下功夫蕭真子曰守其一則
息不往來聖胎訣曰一念不生一意不動無毫髮走失豈調
抑之謂哉修鍊必至於胎息而後氣歸元海方是純坤十月
之功若雖含光守默而口鼻之呼吸猶如常日則其人之神
氣猶有洩漏猶夫純坤十月之時天地不閉塞蟄蟲不坯戶
草木不葆合來歲發育之功必不暢茂矣邱長春日息有一
毫之不定命非已有

先天

參同契曰四者渾沌徑入虛無又曰渾沌鴻濛牝牡相從

道藏輯要

真詮

三

鬼集六
川文川

俞玉吾曰修鍊別無他術只是採取先天一氣以爲金丹之母
又曰神聚氣聚混合爲一內不覺其一身外不知其宇宙與道
冥一萬慮俱遺冥冥泮泮不可得而名強名曰太乙

修鍊至於胎息則八脈皆住冥冥泮泮入於渾沌此正交媾
之時一身五行之氣會於丹田謂之攢簇五行和合四象謂
之太乙含真氣謂之先天一氣修鍊必至於此方能通天地
奪造化然非虛極靜篤則不能造先天之妙故古仙云莫向
腎中求造化須從心上覓先天

陽生

參同契曰含元虛危播精於子

俞玉吾曰金丹之妙孕於先天產於後天何謂先天寂然不動
窈窈冥冥太極未判之時是也何謂後天感而遂通恍恍惚惚
太極已判之後也先天惟一氣耳後天然後化爲真精也

寥陽子曰先天乃純乾境界後天乃元精所產則謂之坎先
天元氣卽聖父聖母之真氣其所產者乃元精非元氣也正
陽祖師云腎中伏藏真氣所謂鉛也氣中有真一之水名之
曰虎鉛中銀也腎氣傳肝氣肝氣傳心氣心氣自太極而爲
液所謂砂也液中有正陽之氣名之曰龍砂裏汞也以此言
之腎中先天元氣爲真鉛陽也元精爲銀虎陰也心中之液
爲砂陰也液中正陽之氣爲汞龍陽也元精既升則能留得

道藏輯要

真詮

罕

鬼集六

正陽之氣住鍾離祖師所謂其始以陰留陽者也前輩老仙
但槩謂之曰真鉛制真汞可細思之

採取

正陽祖師曰傳行之時以法制之使腎氣不走失氣中採取真
一之水心液不耗散液中採取正陽之氣

紫陽真人曰採者採真鉛於腎府取者取真汞於心田

復命篇曰採取須交密誠心辨醜妍至難尋意脈容易失寒泉
紫陽金丹直指曰採取之法生於心必須忘之而始覓之又曰
忘中覓覓中忘忘中採取採取中忘

陳虛白曰身心不動爲採藥

元來仙家本無採取但以其腎中用真鉛心中用真汞有似於採取者故謂之採取耳蓋不採而採採而無採不取而取取而無取也但此二字不得著象後人又益以支離之說展轉誤人大抵古仙立箇採取名色非教人運用也乃教人慎於運用也蓋一陽方生最易走失若此身一動便散了此意一弛放亦散了雜念一興也散了或被驚恐動搖也散了所以採取之時必須身心意寂然不動爲氣之規矩然後先天之氣有所管攝不致散逸縱橫自然循道上升降入丹田而成至寶陳虛白曰以身心不動爲採藥蓋謂此也豈區區意迎目送運用之爲哉

道藏輯要

真詮

聖

鬼集六
八〇八

守乾

俞王吾曰在先天凝神入坤臍而生藥在後天則移神入乾鼎而成丹

又曰自朝至暮元神常棲於泥丸

圖一子曰此所謂頂門關板也所以挈氣而使之升也

元太虛曰自古及今誰不知心爲神室何又有人說神棲於泥丸宮此仙宗誤認圖象之過蓋泥丸爲清虛之府神棲泥丸者言元神清瑩超出精氣之上非居腦也仙宗以乾爲心身爲坤凝神入坤臍者作丹之初只是凝神則氣自返歸於身中久之則自然流入腎府猶夫水澄之既久而其濁者自

沉初非執着而守之也當此之時只有一靈炯然與此氣歸元海卽是照他亦未嘗一毫用意以照之但常如此照之則其氣常守於下不能上升故當此時又須忘却再不照他則真火自發真陰自升蓋神返絳宮無爲自然故謂之移神入乾頂亦非神棲泥丸迨夫溫養之時只是神常無爲氣自升降亦未嘗朝朝暮暮棲泥丸也此皆由於仙宗設譬畫圖種種著相後人執泥丸遂至淆訛流於用意搬運而不自覺噫葆真子曰心之馭氣在得職與不得職不在所居天子統一四海豈必處處皆親臨之然後理耶鍊神之道貴無所著棲神泥丸卽著泥丸以爲運氣術則可以爲鍊神則是擾神吾

道藏輯要

真詮

聖

鬼集六

不得而知矣

古人所謂三宮升降乃其自升降非人升降之也所謂周天運用乃其自運用非人運用之也

黃道

參同契曰易行周流屈伸反覆

又曰修之不輟休庶氣雲雨行淫淫若春潭液液若解冰從頭流達足究竟復上昇往來洞無極拂拂被谷中

俞玉吾曰丹法之要在乎通任督二脈蓋任督二脈爲一身陰陽之海人能通之則百脈皆通自然週身流轉無有停壅此身中黃道周身上下陰陽升降之正路也通之者非行氣非存想

非肘非金精亦非運心息脊骨乃呼吸太和保守真元之道也
通任督乃命宗最妙處天之氣運而不停故地不墜人之氣
運而不息故形不朽其運也乃自然之運也非熊經鳥伸吹
嘘呼吸之運也此乃所謂戶樞不蠹流水不腐者歟蔣青霞
曰人身在左足太陽右足太陰足底爲湧泉發水火二氣自
足入尾闕上合二腎左腎堂右精府一水一火一龜一蛇互
相橐籥由此上來脊雙關貫二十四椎會於風府上朝泥丸
由泥丸而下明堂散灌五官下入重樓玉關直往絳宮復流
入於本府日夜循環周流不息皆是自然而然却不是動手
動脚做成的今人皆流入旁門不知虛無自然默默運用之

道藏輯要

真詮

聖

鬼集六
x〇上

妙理妄行引導存思注視遂成妄想妄作反致奇病白蓮道
人黃腫運氣道人氣壘皆其驗也

火候

胡混成曰是火發生於真精恍惚之中薰蒸於一身四體之內
本無形象安得有候

陳虛白曰真火本無候大藥不計斤

白玉蟾曰心者神也神卽火也氣卽藥也以火鍊藥而成丹卽
是以神馭氣而成道也

愚按三老仙之言可謂切矣雖然以神馭氣者必審其所以
馭行有過不及之差則調而正之所謂馭也亦卽所謂候也

無候者無時刻限度之候也有候者有審察防閑之候也如此可與言火

參同契曰候視加謹慎審察辨寒溫

陳虛白曰火候之要尤當於真息求之又曰元海陽生水中心起火天地循環造化反覆皆不離乎一息

紫陽真人曰謾守藥爐看火候但安神息任天然

火候全在念頭上著力陳虛白曰念不可起念起則息粗意不可散意散則火冷洞真老師云念起則息粗息粗則吹火大抵只要調真息使其和平不傷震兌而已

火候本只寓一氣進退之節非有他也其云不傳火者非秘

道藏輯要

真詮

醫

鬼集六
八十一

之也不可傳也真火之來非言語所可及其妙全在人蓋用意太緊是謂火躁而乾若太緩則水濕而寒只要緩急得中勿忘勿助之說是真火候非有定則故云不可傳此火候起時人力不能干與只要虛靜牢固把舵不使雜念撓之聽其自然待他薰蒸一回自然生陰化而為液下降灌溉五臟喉中覺有甘津乃其驗也到此時還只守虛靜一些不要撓他他自結凝久之寂定然後乃可徐徐而起蔣青霞云來則以意迎之去則以目送之意迎謂之黃婆媒合目送謂之青女傳言此涉於扭捏造作大謬大謬

進火之際妙在八門牢鎖閉若興一毫雜念卽是封閉不固

藥物走失矣

温養

參同契曰三光陸沉温養子珠

又曰耳目口三寶閉塞勿發揚真人潛深淵浮游守規中

又曰離氣內營衛坎乃不用聰兌合不以談希言順鴻濛三者

既關鍵緩體處空房委志歸虛無無念以為常證難以推移心

專不縱橫寢寐神相抱覺悟候存亡

園一子曰温養只要常常守真息使神氣常常交媾無時不

真息則無時氣不運無時氣不運則無時不行火

俞玉吾曰於靜定之中抱冲和之氣出息微微入息綿綿上

道藏輯要

真詮

巽

鬼集六
川上

至泥丸下至命門周流不已神氣無一刻之不相聚也

刑德

參同契曰龍東虎西建緯卯酉刑德並會相見歡喜刑立殺伏

德主生起二月榆落魁臨於卯八月麥生天罡據酉

刻中火候必於卯酉言刑德相負者何也蓋德主興起屬二

月刑主殺伏屬八月二月有刑者升中有降也八月有德者

降中有升也以喻危險之機也卯酉是升降到一半處易於

意散升者不升降者不降留滯而成大禍故云德中有刑刑

中有德欲人防意如城而不散也

冲和一則

因與羣仙要語
上同故未錄

鍊神

中和集二藥圖曰歸道則水府求鉛崇釋則離宮修定

又曰上關鍊神還虛功夫到此一箇字也用不着

清菴曰向上一著當於言句外求之或築著磕著悟著透著復歸於太極圓明覺照虛徹靈通性命雙修形神俱妙虛空同體仙佛齊肩亦不爲難

此節修行一大條貫前所言乃鍊精成氣之事若無此項工夫則永不能超脫只好保命延生扶羸救病而已金丹四百字曰鉛汞歸土釜身心寂不動夫身心不動必有所不動者存焉惜乎命宗人說之不詳若守前所見貪求執着無縛而

道藏輯要

真詮

巽

鬼集六
川百上

縛吾恐其難見本命元辰下落也

圍一子曰溫養之至嬰兒顯象然尙幼小出入未純熟易於動搖猶防磕着築着而有滲漏未能垂手入鄗也

結丹

或問如何是丹成清菴曰身心合一神炁混融性情成片謂之丹成喻爲聖胎仙師曰本來真性號金丹四假爲爐鍊作團是也

定菴曰金丹成時尙可見否曰可見曰有形否曰無形曰旣無形如何可見曰金丹只是強名豈有形乎所謂可見者不可以眼見道經曰視之不見聽之不聞斯謂之道雖然視之不見未

嘗不見聽之不聞未嘗不聞非耳目所及也譬之天風撼木揚波豈得謂之無觀之不見搏之不得豈得謂之有金丹之體亦復如是

王棲雲曰金丹體若虛空表裏融徹一毫不掛一塵不染輝輝晃朗照映無方

命宗人皆說鍊精鍊氣無中生有結成嬰兒以其聖父靈母之氣所成故虛而能靈與生人不同此說非也

張橫渠曰造化生人其來幾微易簡其究廣大堅固若嬰兒果有體質少間便會堅固只與生人一般焉能靈妙

邱長春真人曰所謂嬰兒者卽我一靈真性純陽不雜耳非

道藏輯要

真詮

聖

鬼集六
三十一

是腹中果有嬰兒也又云念有一毫之散亂神不純陽

白玉蟾曰人但心中無心中無念純清絕點謂之純陽蓋仙家本只教人養神因人迷溺於欲不能一刀兩段故設爲長生之說誘人修鍊世人貪着長生方肯放下嗜欲一心鍊精氣此是內有緣而輕外也及修鍊到三宮升降時其身中快樂不可言便大生貪着一切都輕此心有所緣繫漸得甯靜元神漸顯此是嬰兒現象由是進入虛無心無染着萬慮俱融元神顯現去來自在形骸不能礙他此是超脫其實只是借鍊精鍊氣以繫縛此心養得元神靈妙耳所謂用鉛不用鉛還向鉛中作及至用鉛時用鉛還是錯非是元神之外

精氣別結一嬰兒也白玉蟾金丹等六圖李清菴金丹等四圖悟真後序皆以心言直指真宗洩盡底蘊學道者宜細思之

脫胎

李清菴曰身外有身謂之脫胎又曰陽神出殼謂之脫胎或問超脫白玉蟾曰超者出也是出神也脫者脫換凡軀也皆是天門出前聖有脫胎之驗七層寶塔出鍾呂三級紅樓出海蟾鶴冲頂門出詩曰功成須是出神京內苑繁華勿累身會取五仙超脫法鍊成仙質離凡塵

愚按已上所言皆棄却凡軀只鍊元神還太虛去更不留形

道藏輯要

真詮

巽

鬼集六

住世可見上仙不以長生爲事今人切切於長生之慕何也人嘗問古之得道者雖此凡體亦皆虛融故能入水火貫金石履虛不墜觸實不礙所謂純氣之守所謂散則成氣聚則成形所謂元神俱妙與道合真今必欲棄此凡軀方成仙質豈猶未至於形神俱妙耶

于清風曰未至真空陽神難出邱長春日未至真空陰神亦難出

古仙之脫胎神化者皆因於虛靜之極無我之至也今人夢中無所不至者不格於形骸也醒則滯於此而不能遠去者形骸格之也故惟真空無我然後能脫胎神化

或問鍊精化氣何以不能超脫曰含真子范德昭契真篇曰夫鍊氣成形者導養之士也雖千百歲止是舊形終不得道故吾天師曰壽如龜鶴非神仙乎昔青精先生壽三千歲緣女以問彭祖曰斯人仙乎彭祖曰非也天龍能結珠成則身自退換名曰天龍高真所修亦如龍焉若鍊其形則其神氣雖變見不測而猶拘於氣化王屋山有退骨洞得道之士皆於此退其凡軀蓋有形不能上升故也夫以鍊成之身尙爲氣化所拘况父母所傳之體乎道之初成進於一天九百萬歲復進一天壽加倍焉壽至二十倍則修鍊至矣然後升於無色界及其至於天龍帝龍羅覺長天其壽蓋一千二百

道藏輯要

真詮

巽

鬼集六
八〇

七萬九千七百七十五億三千二百歲然猶在陰陽遷變之中未能入於無形者也夫既不能入於無形則不免爲天地陰陽之所役尙何超脫之有

夢因云爭似無爲實相門一超直入如來地

還元

問脫胎後還有造化麼清菴曰有造化在聖人云身外有身未爲奇特虛空粉碎方露全真所以脫胎之後正要腳踏實地直待與虛空同體方爲了當

此一節仙宗久不曾言及不意清菴說到這裏其見趣可爲度越諸子矣大抵到此地步便要將所證所得的一時貶向

無生國裏方有門分相應若存一毫自見超脫之心則依舊流入情識中去道千里萬里鳥得與虛空同體

性命雙修

張紫陽真人曰先性則難用功先命則有下手處雖說成功則一然先性者又有勝焉

李清菴曰高上之士夙植德本生而知之一直了性自然了命性命只是一件人之所以死者形神離也既死則六根具而不能用者無神以宰之也是知神乃形之主神離氣散命豈在性外哉若作兩件雙修而分先後殊未穩當何也修性則命在其中虛靜天師云神返身中氣自回之說是也未有外

道藏輯要

真詮

辛

鬼集六
川リ又

不虛靜而能交媾成丹者况先鍊精成氣後修定脫胎途徑紆曲反難究竟若能證得法身何患色身不妙蓋三關自有爲入無爲者漸法也修上一關兼下二關者頓法也今只須徑做鍊神還虛功夫到虛極靜篤處精自化氣氣自化神把柄在手命由我立是一鑊貫三關也最簡易最直捷入道者宜細玩之